

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Kesejahteraan Psikologis

1. Pengertian

Ryff (1989) mendefinisikan kesejahteraan psikologis adalah sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Dapat menciptakan dan mengatur lingkungan sesuai dengan kebutuhannya, memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna, serta berusaha mengeksplorasi dan mengembangkan diri.

Menurut Ryff dan Keyes (1995) kesejahteraan psikologis merupakan realisasi dan pencapaian penuh dari potensi individu dimana individu dapat menerima kekurangan dan kelebihan dirinya, mandiri, mampu membina hubungan positif dengan orang lain, dapat menguasai lingkungannya dalam arti memodifikasi lingkungannya agar sesuai dengan keinginannya, memiliki tujuan hidup, serta terus mengembangkan pribadinya. kesejahteraan psikologis bukan hanya kepuasan hidup dan keseimbangan antara afek positif dan afek negatif namun juga melibatkan persepsi dari keterlibatan dengan tantangan-tantangan sepanjang hidup.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis atau adalah suatu kondisi dimana seorang individu mampu menerima keadaan dirinya dengan apa adanya atau lapang dada, mampu untuk berhubungan baik dengan orang lain, mandiri atau tidak bergantung dengan orang lain, dan memiliki tujuan dalam hidupnya.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

2. Dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis

Ryff dan Keyes (1995) mengembangkan konsep kesejahteraan psikologis dengan mengemukakan enam dimensi dimana setiap dimensinya mencerminkan perbedaan setiap individu didalam memenuhi tugas masa dewasanya.

Menurut Ryff dan Keyes (1995) dasar menggunakan untuk memperoleh kesejahteraan psikologis adalah individu yang secara psikologis dapat berfungsi secara positif. Komponen individu yang mempunyai fungsi psikologis yang positif antara lain adalah:

a. Penerimaan diri

Penerimaan diri ditunjukkan pada individu yang dapat mengevaluasi secara positif terhadap dirinya yang sakarang maupun dirinya dimasa yang lalu. Individu dalam hal ini dapat mempertahankan sikap-sikap positifnya dan sadar akan keterbatasan yang dimiliki. Dengan kata lain, seseorang yang mampu menerima dirinya adalah orang yang memiliki kapasitas untuk mengetahui dan menerima kekuatan setara kelemahan darinya dan ini merupakan salah satu karakteristik dari fungsi secara psikologis.

b. Hubungan positif dengan orang lain

Individu ini mampu untuk mengelola hubungan interpersonal secara emosional dan adanya kepercayaan satu sama lain sehingga merasa nyaman. Selain itu adanya hubungan positif dengan orang lain juga ditandai dengan memiliki kedekatan yang berarti dengan orang yang tepat.



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

c. Kemandirian

Kemandirian adalah kemampuan, melakukan dan mengarahkan perilaku secara sadar dan mempertimbangkan yang mana yang negatif dan positifnya sehingga memutuskan dengan tegas dan penuh keyakinan diri. Individu yang mampu melakukan aktualisasi diri dan berfungsi penuh memiliki keyakinan dan kemandirian, sehingga dapat mencapai prestasi dengan memuaskan.

Dalam sistem sosial, individu dengan otonomi mampu untuk mempertahankan dirinya, memiliki kualitas dari keberadaan diri dan memiliki kebebasan yang mana hal ini merupakan kemampuan di dalam tekanan sosial. Ia memiliki kekuatan untuk tetap pendiriannya walaupun hal itu berlawanan dengan norma umum.

d. Penguasaan terhadap lingkungan

Hal ini sangatlah berpengaruh pada kehidupan eksternal tiap individu dimana faktor eksternal adalah sesuatu hal yang dapat merubah sebagian aspek kehidupan individu. Sehingga adanya kapasitas untuk mengatur kehidupan dan efektif dan lingkungan sekitar. Hal ini berarti memodifikasi lingkungannya agar dapat mengelola kebutuhan dan tuntutan-tuntutan dalam hidupnya. Dari karakteristik yang sehat hal ini menunjukkan dengan kemampuan individu untuk memiliki suatu penciptaan lingkungan agar sesuai dengan kondisi fisiknya. Dalam teori perkembangan, penguasaan lingkungan ditekankan dengan adanya seseorang mampu mengendalikan lingkungannya serta merubahnya secara kreativitas fisik maupun mental. Hal ini mengkombinasikan sudut pandang yang menganggap bahwa partisipasinya secara aktif dan penguasa lingkungan merupakan aspek yang

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

penting dalam rangka kerja mengenai berfungsinya aspek psikologisnya secara positif.

e. Tujuan hidup

Keberhasilan dalam menemukan makna dan tujuan diberbagai usaha dan kesempatan dapat diartikan sebagai individu yang memiliki tujuan didalam hidupnya. Individu tersebut memiliki tujuan dan keyakinan bahwa hidupnya berarti. Dalam pengertian kematangan juga menekankan adanya pemahaman akan tujuan hidup, perasaan terarah dan adanya suatu maksud dalam hidupnya. Dalam teori perkembangan masa hidup merujuk pada adanya berbagai perubahan dalam tujuan hidup, seperti terjadi seorang yang lebih produktif dan kreatif ataupun tercapainya integritas emosional dimasa yang akan datang.

Oleh sebab itu, seseorang yang telah bisa berfungsi secara positif akan memiliki tujuan, yang mana semua hal tersebut akan mengerah pada hidup yang bermakna pada pencapaian mimpi-mimpi yang diharapkan tiap individu dalam masa depannya.

f. Pertumbuhan pribadi

Berfungsinya aspek psikologi yang optimal mensyaratkan tidak hanya seorang tersebut mencapai suatu karakteristik yang telah diciptakan sebelumnya, namun juga adanya keberlanjutan dan pengembangan akan potensi yang dimiliki, untuk tumbuh dan terus berkembang sebagai seorang yang berkualitas. Kebutuhan untuk mengaktualisasikan diri sendiri dan merealisasikan potensi yang dimilikinya adalah merupakan pusat dari sudut pandang klinis mengenai

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

pertumbuhan pribadi sebagai contoh: keterbukaan untuk mengalami sesuatu, merupakan suatu karakteristik kunci bagi seorang yang berfungsi secara penuh.

3. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis menurut Ryff dan Keyes (1995) antara lain :

a. Usia

Bahwa terdapat perbedaan tingkat kesejahteraan psikologis didasarkan pada perbedaan usia. Perbedaan usia ini terbagi dalam tiga fase kehidupan masa dewasa yakni dewasa muda, dewasa madya dan dewasa akhir. Individu-individu yang berada di masa dewasa madya dapat menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dibandingkan mereka yang berada di masa dewasa awal dan dewasa akhir pada beberapa dimensi dari kesejahteraan psikologis.

Ryff dan Keyes (1995) menemukan bahwa dimensi penguasaan lingkungan dan dimensi otonomi mengalami peningkatan seiring bertambahnya usia, terutama dari dewasa muda hingga dewasa madya. Sedangkan dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi memperlihatkan penurunan seiring bertambahnya usia, penurunan ini terutama terjadi pada dewasa madya hingga dewasa akhir. Namun, tidak ada perbedaan yang signifikan dalam dimensi penerimaan diri selama usia dewasa muda hingga dewasa akhir.

b. Jenis Kelamin

Wanita cenderung lebih memiliki kesejahteraan psikologis dibandingkan laki-laki. Hal ini dikaitkan dengan pola pikir yang berpengaruh terhadap strategi



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

koping yang dilakukan, serta aktivitas sosial yang dilakukan, dimana wanita memiliki kemampuan interpersonal yang lebih baik daripada laki-laki.

Selain itu wanita lebih mampu mengekspresikan emosi dengan bercerita kepada orang lain, dan wanita juga lebih senang menjalin relasi sosial dibanding laki-laki. Wanita memiliki skor yang lebih tinggi pada dimensi hubungan yang positif dengan orang lain.

c. Status Sosial Ekonomi

Penelitian Ryff dan Keyes (1995) bahwa status sosial ekonomi yang meliputi : tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, dan keberhasilan pekerjaan memberikan pengaruh tersendiri pada kesejahteraan psikologis, dimana individu dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi dan memiliki pekerjaan yang baik akan menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi pula.

d. Faktor Dukungan Sosial

Dukungan sosial termasuk salah satu faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Dukungan sosial atau jaringan sosial, berkaitan dengan aktivitas sosial yang diikuti oleh individu seperti aktif dalam pertemuan-pertemuan atau organisasi, kualitas dan kuantitas aktivitas yang dilakukan, dan dengan siapa kontak sosial dilakukan. Sejalan dengan hal tersebut Hume menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antar interaksi sosial dengan kesejahteraan psikologis.

e. Religiusitas

Ryff dan Keyes (1995) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara ketaatan beragama dengan kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian ini



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

mengungkapkan bahwa individu dengan religiusitas yang kuat menunjukkan tingkat kesejahteraan psikologis yang lebih tinggi dan lebih sedikit mengalami pengalaman traumatik.

f. Kepribadian

Ryff dan Keyes (1995) telah melakukan penelitian mengenai hubungan antara lima tipe kepribadian (*the big five traits*) dengan dimensi-dimensi kesejahteraan psikologis. Hasilnya menunjukkan bahwa individu yang termasuk dalam kategori ekstreversion, *conscientiousness* dan *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan keberarahan hidup. Individu yang termasuk dalam kategori *openness to experience* mempunyai skor tinggi pada dimensi pertumbuhan pribadi. Individu yang termasuk dalam kategori *agreeableness* dan ekstreversion mempunyai skor tinggi pada dimensi hubungan positif dengan orang lain dan individu yang termasuk kategori *low neuroticism* mempunyai skor tinggi pada dimensi ekonomi.

B. Orientasi Religius

1. Pengertian

Orientasi religius menurut Allport & Ross (1967) "*Religious orientation has been defined as the extent to which a person lives his/her religious belief*". Artinya orientasi religius didefinisikan sebagai tingkat dimana seseorang hidup dengan keyakinan agamanya.

Batson dan Ventis (dalam Putri, 2009) menyebutkan bahwa orientasi religius adalah istilah yang digunakan oleh psikolog untuk mengarahkan kepada



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

bagaimana seseorang mempraktikkan atau hidup dengan keyakinan dan nilai-nilai agamanya.

Menurut Allport dan Ross (1967) orientasi religius didefinisikan sebagai sistem cara pandang individu mengenai kedudukan agama dalam hidupnya, yang menentukan pola bentuk relasi individu dengan agamanya. Sistem cara pandang ini akan mempengaruhi tingkah laku individu dalam hal menafsirkan ajaran agama dan menjalankan apa yang dianggapnya sebagai perintah agama. Perlu dijelaskan bahwa dalam definisi ini, konsep orientasi religius tidak menjawab seberapa penting atau relevan, namun menjelaskan sebagai apa agama berperan dalam kehidupan seseorang.

Dari beberapa definisi di atas dapat ditarik kesimpulan mengenai arti orientasi religius, yaitu pandangan seseorang tentang peran agama dalam kehidupannya, apakah agama dijadikan dasar pedoman hidup ataukah hanya sekedar sarana untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan pribadinya.

2. Dimensi Orientasi Religius

Allport dan Ross (1967) membagi dua orientasi religius berdasarkan aspek motivasional yang mendasari yaitu orientasi intrinsik dan ekstrinsik.

a. Orientasi Religius Intrinsik

Orientasi religius intrinsik merupakan cara beragama yang memikirkan komitmen terhadap agama dengan seksama dan memperlakukan komitmen tersebut dengan sungguh-sungguh sebagai tujuan akhir.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Pada individu intrinsik, ajaran agama diinternalisasikan dan diikuti secara penuh. Lebih jelasnya seorang yang ber-orientasi religius intrinsik adalah seseorang yang berusaha sungguh-sungguh untuk menghayati ajaran dan mengikuti petunjuknya secara penuh.

Seorang muslim yang memiliki orientasi religius intrinsik, dengan kesadaran penuh melaksanakan ibadah dan berperilaku sesuai tuntunan agama yang timbul dari dalam dirinya, bukan karena ada dorongan dari luar, status sosial, atau ingin mencapai pengakuan dari orang lain. Seseorang dengan tipe orientasi religius ini adalah orang yang menemukan kebutuhan utamanya dalam agama. Kebutuhan lain, sekuat apapun itu, akan dikesampingkan dalam pemenuhannya. Seseorang dengan tipe orientasi religius intrinsik sejauh mungkin akan terbawa kedalam keselarasan antara kepercayaan dan petunjuk agama, memeluk kepercayaannya, dan berusaha menginternalisasikan dan mengikutinya secara keseluruhan. Dengan kata lain, mereka menghidupkan agamanya.

b. Orientasi Religius Ekstrinsik

Batson dan Schoenrade (1991) orientasi religius ekstrinsik adalah cara pandang seseorang dalam beragama yang menggunakan agama sebagai alat untuk mencapai tujuan-tujuan yang berpusat pada dirinya sendiri. Wiley dan Sons (dalam Putri, 2009) dalam orientasi religius ini penekanan diberikan pada penampilan luar dari agama, aspek-aspek yang dapat diraba, berupa ritual dan terlembaga dari agama yang banyak dianggap sebagai tanda ketaatan dalam kebudayaan.

Allport dan Ross (1967) menyatakan orang-orang yang dengan tipe orientasi religius ekstrinsik mempunyai kecenderungan besar menggunakan



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

religiusitasnya untuk mencapai tujuan pribadi mereka, dan bukanlah berupa motif pengarah atau motif pemandu, tetapi lebih ke motif pelayanan motif-motif yang lain. Individu-individu berorientasi religius ekstrinsik cenderung memanfaatkan agama menurut kerangka kegunaan, dan umumnya mengembangkan keyakinan agamanya secara selektif, sejauh itu sesuai dengan kebutuhan-kebutuhan primernya. Agama berguna untuk mendukung kepercayaan diri, memperbaiki status, bertahan melawan kenyataan atau memberi sanksi pada suatu cara hidup. Seseorang dengan tipe orientasi religius ekstrinsik adalah orang yang menggunakan agama untuk berbagai kepentingan. Seperti memperoleh keamanan, mengatasi kebingungan, memperoleh perlindungan, status dan pembenahan diri. Mempermudah keyakinan yang dipeluknya atau memilih bagian yang lebih sesuai dengan kebutuhan utamanya. Mereka yang berorientasi ekstrinsik adalah mereka yang menghadap Tuhan, tanpa menjauh dari kepentingan dirinya sendiri.

Dapat disimpulkan bahwa orang dengan dimensi orientasi religius ekstrinsik memandang pelaksanaan ajaran agama sebagai alat untuk mencapai tujuan pribadinya, seperti: penerimaan sosial orang lain, rasa aman, pembenaran diri, dan lain-lain. Orang dengan dimensi orientasi religius intrinsik menganggap pelaksanaan agama sebagai motif hidupnya, menjalani agama sebagai tujuan sehingga aturan-aturan yang ada terinternalisasikan dalam cara hidupnya, kebutuhan-kebutuhan pribadi yang lain menjadi tidak terlalu penting dan justru diselaraskan dengan agama.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

3. Faktor-faktor Yang Terkait Dengan Orientasi Religius

Allport dan Ross (1967) menyatakan faktor-faktor yang terkait dengan orientasi religius adalah:

- a. Usia, orang yang lebih tua cenderung memiliki orientasi religius internal lebih kuat dari pada orang yang lebih muda.
- b. Jenis kelamin, wanita pada umumnya juga lebih cenderung memiliki orientasi religius internal lebih baik kuat dari pada pria.
- c. Tingkat pendidikan, seseorang yang pendidikan formalnya lebih tinggi biasanya memiliki orientasi religius internal yang lebih tinggi dibandingkan dengan pendidikannya lebih rendah.
- d. Kesehatan mental, orientasi religius berhubungan secara positif dengan kesehatan mental yang baik dan kebebasan dari perasaan bersalah dan khawatir.
- e. Kesehatan fisik, penelitian lain juga mengatakan bahwa orang yang sering datang ke gereja jarang meninggal cepat karena gagal jantung atau penyakit serius lainnya.
- f. Prasangka, seseorang dengan orientasi religius intrinsik umumnya tidak memiliki prasangka sebesar orang dengan orientasi religius ekstrinsik.
- g. Perilaku mengatasi masalah, seseorang dengan orientasi religius intrinsik umumnya lebih “spiritual” daripada seseorang yang dengan orientasi religius ekstrinsik dalam menyikapi kejadian-kejadian negatif dalam hidupnya. Seseorang dengan orientasi religius intrinsik yang tinggi

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

memiliki kepercayaan diri yang tinggi pula dalam kemampuannya untuk menghadapi persoalan hidup.

h.

C. Kerangka Pemikiran

Mencapai kesejahteraan dalam hidup merupakan keinginan semua orang. Sejak beberapa dekade yang lampau, Aristoteles telah mengungkapkan bahwa kesejahteraan merupakan tujuan akhir dalam hidup manusia. Seligman menyatakan gambaran yang mendapatkan kebahagiaan yang sejati yaitu individu yang telah dapat mengidentifikasi, mengelola atau melatih kekuatan dasar yang dimilikinya dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan, cinta, permainan dan pengasuhan (dalam Rahayu, 2008).

Menurut Ryff (1989) kesejahteraan psikologis penting untuk dilakukan karena nilai positif dari kesehatan mental yang ada di dalamnya membuat seseorang dapat mengidentifikasi apa yang hilang dalam hidupnya. Kebahagiaan yang dialami setiap individu itu bersifat subjektif karena setiap individu memiliki tolak ukur kebahagiaan yang berbeda-beda setiap individu juga memiliki faktor yang berbeda sehingga mendatangkan kebahagiaan yang diinginkannya sendiri. Hal ini didukung oleh beberapa hasil penelitian Akhtar (dalam Rahayu, 2008) yang menyatakan bahwa kesejahteraan psikologis dapat membantu remaja untuk menumbuhkan emosi positif, merasakan kepuasan hidup dan kebahagiaan, mengurangi kecenderungan mereka untuk berperilaku negatif.

Ryff (1989) kesejahteraan psikologis merupakan salah satu indikator kesejahteraan individu yang banyak digunakan untuk melihat pemenuhan individu

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

terhadap kriteria fungsi psikologis positif. Kesejahteraan psikologis sendiri merupakan konsep yang digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan kriteria fungsi psikologis positif yang dikemukakan oleh para ahli psikologi. Kriteria fungsi psikologis dikemukakan oleh para beberapa ahli psikologi Allport, Rogers, Fromm, Maslow, Jung, Frankl, dan Perls, yaitu: (1) individu dengan kepribadian sehat secara sadar mengatur tingkah lakunya dan mengambil tanggung jawab atas nasib mereka sendiri; (2) menyadari dan menerima kelebihan maupun kekurangan yang ada pada diri mereka; (3) berorientasi pada masa depan dengan tidak meninggalkan masa kini; (4) menyukai tantangan dan pengalaman-pengalaman baru yang dapat memperkaya hidup (dalam Hadjam dan Nasiruddin, 2003).

Banyak cara yang digunakan dalam penanganan masalah-masalah tersebut, salah satunya melalui pendekatan agama. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa religiusitas mempengaruhi kesejahteraan psikologis, salah satu hal penting yang harus diperhatikan dalam religiusitas adalah masalah orientasi religius. Orientasi religius terkait dengan motivasi manusia dalam kehidupan beragama. Orientasi religius memiliki posisi yang saling berhubungan dengan keputusan individu untuk masuk dalam kelompok keagamaan tertentu. Orientasi religius merupakan konstruk individual. Hal ini mengacu pada kepribadian individu, pengalaman keagamaan, dan sikap keberagamaan (dalam Putri, 2009).

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber:

- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah.
- b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar UIN Suska Riau.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin UIN Suska Riau.

Kajian tentang orientasi religius yang paling terkenal dikembangkan oleh Allport dan Ross (1995) yang menyatakan bahwa orientasi religius individu dibagi menjadi dua, yaitu orientasi ekstrinsik dan intrinsik.

Religiusitas menurut Allport dan Ross (1995) memiliki dua aspek orientasi yaitu orientasi religius intrinsik dan orientasi religius ekstrinsik. Singkatnya, orientasi religius intrinsik melihat setiap kejadian melalui kacamata religius, sehingga tercipta makna. Sebaliknya orientasi religius ekstrinsik lebih menekankan pada konsekuensi emosional dan sosial.

Penelitian yang menunjukkan bahwa religiusitas termasuk didalamnya orientasi religius mempengaruhi kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental salah satunya penelitian Sukma Adi Galuh Amawidyati dan Muhana Sofiaty Utami (2005) dalam penelitiannya menemukan bahwa adanya hubungan positif dan signifikan antara religiusitas dan kesejahteraan psikologis. Townsend dan Kladder (2002) dalam penelitiannya menemukan bahwa kegiatan keagamaan yang dilakukan oleh seseorang akan mempengaruhi kesehatan mental dan *psychological well being*. Dalam penelitian M. Noor Hadjam dan Arif Nasiruddin (2003) menemukan bahwa faktor ekonomi mempunyai pengaruh yang besar terhadap kesejahteraan psikologis.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti dapat merumuskan hipotesis dalam penelitian ini sebagai berikut: Terdapat hubungan yang positif antara orientasi religius dengan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Suska Riau.